

Türkische Linsen-Suppe mit Löffel-Salat

Für zwei Personen

Für die Linsensuppe:

250 g rote Linsen	1 Kartoffel	1 Möhre
$\frac{1}{2}$ rote Paprika	1 weiße Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, davon Saft	100 g Butter	1 L Gemüsesfond
1 EL Tomatenmark	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Minze
1 TL getrocknete Minze	$\frac{1}{2}$ EL edels. Paprikapulver	$\frac{1}{2}$ EL scharfes Paprikapulver
$\frac{1}{2}$ TL gemahl. Kreuzkümmel	1 Lorbeerblatt	Salz, Pfeffer

Für den Löffelsalat:

1 Fleischtomate	1 Minigurke	1 grüne Spitzpaprika
1 rote Zwiebel	1 Zitrone, davon Saft	2 Zweige glatte Petersilie
2 Zweige Minze	2 EL Granatapfelsirup	4 EL Olivenöl
1 TL Sumach	Salz	

Für die Linsensuppe:

Die Linsen waschen bis das Wasser klar wird. Kartoffeln und Möhren schälen und in kleine Stücke schneiden. Paprika waschen, von Scheidewänden und Kernen befreien und ebenfalls in Stücke schneiden.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Gemüse in einem Topf mit der Hälfte der Butter anbraten. Linsen dazu geben und mitdünsten. Mit Fond ablöschen und mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und getrockneter Minze würzen. Lorbeerblatt in die Suppe geben. Köcheln lassen. Minze und Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Restliche Butter in einem kleinen Topf schmelzen und Tomatenmark und Paprikapulver darin unter Rühren andünsten. Buttergemisch, bis auf 5 EL, zur Suppe geben und mit kochen lassen. Sobald das Gemüse weich ist, $\frac{2}{3}$ der Kräuter mit hineingeben. Lorbeerblatt aus der Suppe nehmen und Suppe pürieren. Restliche Kräuter zum Dekorieren nutzen. Zitrone auspressen und Saft unter Suppe rühren. Mit Butter garnieren.

Für den Löffelsalat:

Gemüse waschen. Strunk von Tomate entfernen und fein hacken. Gurke längs halbieren, Fruchtfleisch auskratzen und in fein Würfelchen schneiden. Paprika halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und fein würfeln. Zwiebel abziehen und fein hacken. Minze und Petersilie abrausen, trockenwedeln und fein hacken. Zitrone auspressen.

Gemüse miteinander vermengen und mit Olivenöl, 2 EL Zitronensaft, Kräutern, Granatapfelsirup, Sumach und Salz würzen. Im Kühlschrank bis zum Servieren ziehen lassen.

Viktoria Neumann am 30. Mai 2023